

Uso adecuado de guantes



✎ **El uso de guantes no reemplaza el lavado de manos.**

✎ **¿Tengo que usar guantes?**

Debe usar guantes en los siguientes casos:

- Tiene cortes en las manos o sarpullidos, llagas o laceraciones en la piel.
- Tiene uñas largas, artificiales, pintadas o sucias.
- Tiene anillos (además de anillos simples o alianzas de casamiento) u otro tipo de joyas.

✎ **Lávese las manos antes de ponerse guantes y después de sacárselos.**

✎ Cuando use guantes, **debe cambiárselos o reemplazarlos** cada vez que deba lavarse las manos para reducir el riesgo de contaminación.

✎ Debe desechar los guantes cada vez que se dañen o cuando los ensucie.

✎ Cámbiese los guantes después de toser, estornudar o tocarse el cabello o la cara.

✎ Los guantes de un solo uso deben utilizarse para una sola tarea. Recuerde **colocarse guantes limpios** cuando pase de manipular alimentos crudos a manipular alimentos listos para consumir.

✎ Puede utilizar guantes dobles cuando manipule proteína animal cruda siempre que el guante exterior menos ajustado se pueda quitar de una manera que prevenga la contaminación cruzada con el guante interno más ajustado.

La ley

Las leyes citadas a continuación son extractos del Código de Salud y Seguridad de California.

✎ Los empleados tienen que lavarse las manos y la parte de los brazos expuesta al contacto directo con los alimentos frotándolas vigorosamente con jabón y agua tibia, y prestar especial atención a las áreas entre los dedos y alrededor y debajo de las uñas. Luego, se deben enjuagar con agua limpia. También deben lavarse después de participar en otras actividades que puedan contaminarles las manos. (113953.3)

✎ El jabón, las toallas sanitarias de un solo uso o el dispositivo de aire caliente para secarse las manos deben proporcionarse en dispensadores, en las instalaciones designadas para lavarse las manos. (113953.2)

✎ Las instalaciones designadas para el lavado de manos deben estar dentro de los baños o al lado de estos en las áreas de preparación de alimentos. Debe haber una cantidad suficiente y deben estar ubicadas de manera conveniente para que las personas que manipulan alimentos puedan acceder a ellas. (113953)

✎ Los empleados encargados de los alimentos deben minimizar el contacto con la mano o el brazo descubiertos con alimentos que no estén previamente empaquetados y que ya estén listos para consumir. (113961)

✎ La instalación para lavarse las manos debe estar limpia, no debe tener obstáculos y debe ser accesible en todo momento para que los empleados la utilicen. (113953.1)

✎ La instalación para lavarse las manos no se puede usar con otro propósito que no sea lavarse las manos. (113953.1)

✎ Los empleados no deben limpiarse las manos en un lavabo que se utiliza para preparar alimentos o lavar la vajilla, ni en un lavabo de servicio o instalación de limpieza que se utilice para desechar el agua del trapeador o desechos líquidos similares. (113953.1)

Condado de San Diego
Departamento de Salud y Calidad Ambiental
División de Alimentos y Viviendas
P.O. Box 129261, San Diego, CA 92112-9261
(858) 505-6900 (800) 253-9933
www.sdcdehq.org
(Rev.05/22)



Guía práctica para
**LAVARSE LAS
MANOS**



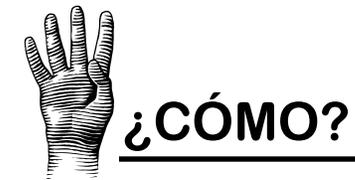
La salud de
San Diego está en
SUS MANOS

Condado de San Diego
Departamento de
Salud y Calidad Ambiental



Lavado correcto de manos

Protegemos la SALUD de los habitantes de San Diego



¿POR QUÉ?

- El lavado correcto de manos es la **MEJOR** forma de **prevenir enfermedades**.
- Los alimentos preparados con manos no lavadas podrían enfermar a las personas.** Los alimentos pueden tener el resfrío común, virus como la hepatitis A y bacterias peligrosas como E. coli, sigella y salmonela.
- Las manos no lavadas** pueden tener contaminantes como **mocos o heces**.
- Las manos sucias pueden causar síntomas desagradables**, como diarrea, vómitos y fiebre.

¿CUÁNDO?

- Antes de manipular alimentos.
- Al intercambiar la manipulación de alimentos crudos y alimentos listos para consumir.
- Después de ir al baño o de soplar la nariz.
- Después de tocarse la cara o el cabello.
- Después de fumar, comer o beber.
- Entre los cambios de tareas.
- Después de manipular platos sucios o equipos.
- Después de cualquier contaminación posible.

LOS HECHOS

- Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), las enfermedades transmitidas por alimentos pueden causar 76 millones de casos de enfermedades gastrointestinales y 5000 muertes por año (CDC 1999).
- Los geles desinfectantes instantáneos **no reemplazan** el lavado de manos frecuente y adecuado con jabón. El desinfectante de manos solo se debe aplicar sobre manos limpias según los procedimientos adecuados de lavado.
- Los jabones antibacteriales no son mejores que otros jabones. La clave para el lavado adecuado es frotarse (fricción) y enjuagarse las manos con agua tibia.



Quítese los anillos y relojes. Los anillos, las uñas artificiales y las uñas largas son buenos hogares para los gérmenes.



Humedezca las manos con agua tibia (min. 100°F) y aplique jabón líquido del dispensador. No use jabón en barra, ya que puede contener microorganismos peligrosos.



Frótese las manos durante un mínimo de 10 a 15 segundos. Este tiempo es adecuado para eliminar bacterias.



Enjuáguese las manos minuciosamente con jabón.



Cierre la canilla con una toalla de papel. No use toallas de tela.



Séquese las manos con una toalla de papel de un solo uso ubicada en un dispensador en la pared o con un dispositivo de aire caliente.



Cuando salga del baño, abra la puerta con una toalla de papel.